

Gudro vecāku skola

Gudro vecāku skola ir **bezmaksas iespēja** vecākiem piedalīties izglītojošās nodarbībās un saņemt speciālistu padomus un zināšanas bērna audzināšanas procesā.

11 semināru ciklā vecāki var rast atbildes un praktiskus risinājumus ļoti konkrētos bērna audzināšanas un attīstības jautājumos:

1. Kā izaudzināt fiziski un emocionāli veselu bērnu;
2. Kā attīstīt bērna spējas un dotumus no dzimšanas līdz skolas vecumam;
3. Kā nepazaudēt pāru attiecību kvalitāti mammas un tēta pienākumos un kā saglabāt vecāku psihoemocionālo veselību.

2018./2019. mācību gadā uz nodarbībām aicinām vecākus, audžuvecākus, pirmsskolas pedagogus, aukles – personas, kuras audzina bērnus **vecumā no 0 – 7 gadiem.**

Vissvarīgākais bērna attīstības posms ir no piedzimšanas brīža līdz skolas sākumam, kad lielā mērā izveidojas viņa raksturs, attieksme pret dzīvi un spējas. Vēlākajos gados mums jau nākas labot to, kas neizdarīts pirmsskolas vecumā. Tāpēc arī šajā nodarbību ciklā uzmanība ir veltīta bērna attīstībai no dzimšanas brīža līdz skolas vecumam, apskatot tādas svarīgus audzināšanas aspektus, kā apzinātās audzināšanas principi, bērna fiziskā veselība un drošība, emocionālā veselība, drošā piesaiste, bērna temperaments, bērna stress un kā to mazināt, valodas un runas attīstīšana, sociālo, sadzīves un pašapkalpošanās prasmju audzināšana, bērna sagatavošana pārmaiņām, uzsākot bērnudārza gaitas vai kad ģimenē ienāk otrs bērns. Arī ģimenes un katra vecāka psihoemocionālā veselība ir jāprot kopt ikdienas steigā, pienākumos, problēmu un izaicinājumu virpulī, jo tikai emocionāli stabili vecāki var izaudzināt emocionāli veselu bērnu.

Programmas īstenošanas grafiks

Nr.	Semināra tēma	Nories laiks
1.	Ģimenē ienāk bērniņš – pārmaiņu, jautājumu un “viss kļūst citādi” laiks. Mājas mikroklimats un vecāku emocionālā veselība – bērna veselības pamats. Pāru attiecību dinamika vecāku lomā.	30.10.2018. Plkst. 17.30
2.	Apzināta bērna audzināšana.	06.11.2018. Plkst. 18.00
3.	Kā atpazīt bērna temperamentu un izvēlēties tam atbilstošas audzināšanas metodes un ikdienas ritmu.	27.11.2018. Plkst. 17.30
4.	Bērna pirmajos divos dzīves gados veicamie uzdevumi – psihoemocionālā attīstība.	04.12.2018. Plkst. 18.00

5.	Mazulis bieži slimo – ko darīt. Ārsta padomi saslimšanas profilaksei un bērna norūdišanai. Tautas līdzekļi, homeopātija – kad jā un kad nē. Teipošana.	12.12.2019. Plkst. 18.00
6.	Kā rotaļājas bērns līdz 3 gadu vecumam.	15.01.2019. Plkst. 18.00
7.	Bērna fiziskā drošība – vide, rotaļas, aktīvā atpūta. Kā pasargāt bērnu no traumām. Pirmā palīdzība.	05.02.2019. Plkst. 18.00
8.	Mazais tirāns – ko darīt? Robežu nolikšana – drošība, harmonija.	19.02.2019. Plkst. 17.30
9.	Sociālo, sadzīves, pašapkalpošanās prasmju attīstība. Kā izvairīties no hiperaprūpes “lāča pakalpojuma” bērnam.	05.03.2019. Plkst. 17.30
10.	Kā sagatavot bērnu pārmaiņām – mamma sāk strādāt, ģimenē ienāk otrs bērns, bērnudārzs, skola, cits partneris, nepilna ģimene.	19.03.2019. Plkst. 17.30
11.	Es esmu liels – podiņmācība un patstāvīga ēšanas.	09.04.2019. Plkst. 18.00

Informācija un pieteikšanās: Zemgales reģiona kompetenču attīstības centrs, Svētes iela 33, Jelgava, 63082101, 63012159, 29222737; astra.vanaga@zrkac.jelgava.lv